

## Introduzione

### Alimentazione e patrimonio culturale

Eugenio Imbriani

*Food provides a summary of an extremely wide range of practices, knowledge, preferences, restrictions, prohibitions associated to the calendar dates and to religion, which can vary depending on time and geographical areas. For this reason, adding “Mediterranean” to a dietary tradition means an oversimplification because it limits to a narrow pool, a regimen, different habits that meet different weather, economic, social and cultural conditions, considering also unavoidable additions and subtractions which over the years can modify offer, presence and use of food.*

*Il cibo rappresenta una sintesi di pratiche, conoscenze, preferenze proibizioni molto varie che dipendono dal calendario e dai luoghi. Per questo motivo, lo stesso concetto di dieta mediterranea costituisce una evidente semplificazione, perché riduce a un ordine limitato consuetudini molteplici che rispondono a differenti condizioni climatiche, economiche, sociali, culturali, tenuto conto anche delle inevitabili aggiunte e sottrazioni che nel tempo modificano l’offerta, la presenza e il consumo dei cibi sulle tavole.*

1. Il cibo riassume valori che non possono ridursi solo agli aspetti e alle funzioni nutrizionali. Se così fosse, non sarebbe comprensibile tutta una estremamente varia serie di pratiche e di saperi, predilezioni, proibizioni, prescrizioni calendariali, religiose, che cambiano nel tempo e nei luoghi. Spesso diamo per scontato che le abitudini nelle quali siamo immersi, che scandiscono il tempo quotidiano e orientano i comportamenti condivisi nel contesto sociale che avvertiamo come nostro, siano quelle “naturali”, e corrispondano al modello sociale più coerente, più opportuno, più adeguato allo sviluppo e alla crescita umana, economica, e così via...; tutto ciò, peraltro, eludendo le questioni non secondarie di cosa si voglia intendere quando viene utilizzata l’espressione “nostro” e di quale soggetto si nasconda dietro il “noi” nel quale siamo convinti di riconoscerci<sup>1</sup>. Anche se Predrag Matvejević, per esempio, intitola *Pane nostro* (*Kruh naš*) il suo libro dedicato al pane, nel testo descrive

---

<sup>1</sup> Sulla dimensione convenzionale del “noi” cfr., in part., FRANCESCO REMOTTI, *Luoghi e corpi. Antropologia dello spazio, del tempo e del potere*, Torino, Bollati Boringhieri, 1993; cfr. anche VANESSA MAHER, a cura di, *Questioni di etnicità*, Torino, Rosenberg & Sellier, 1994.

in realtà, per l'area del Mediterraneo, l'eccezionale molteplicità di materie prime, lieviti, impasti, sistemi di preparazione e cottura, forme, nomi, sapori che si riassumono in quella parola così familiare<sup>2</sup>. Il pane nostro si frantuma in una miriade di briciole anche molto differenti tra loro, ciascuna delle quali ha un "noi" che la riconosce come propria – fatta salva l'attività di ricerca che conduce a studiare i percorsi, le selezioni, le commistioni, i motivi che hanno determinato il costituirsi, mai definitivo, delle tradizioni locali. È persino banale, quindi ricordare come il rapporto con il cibo sia fortemente mediato dalle consuetudini sociali e culturali; il nesso tra cibo e natura, che sembrerebbe ovvio, è, in realtà, fondamentalmente improprio, proprio perché non di mangia qualsiasi cosa, ma quanto si produce in un processo di domesticazione e di scelta<sup>3</sup>; ciò non riguarda solo le modalità di produzione, preparazione, conservazione e consumo, ma anche la stessa educazione del gusto, l'associazione e l'ordine dei sapori, le gradazioni possibili dal crudo al cotto, l'alternarsi tra asciutto e bollito (nei giorni della settimana o all'interno di uno stesso pasto); e riguarda anche, come è noto, il commercio mondiale dei semi, la loro correzione genetica, cui fanno da contraltare la difesa e la riproposizione delle varietà locali, le catene di distribuzione e di ristorazione globali, le raffinatezze dell'alta cucina, la fame diffusa in vaste aree del mondo, lo sfruttamento dei terreni e degli uomini. Jack Goody ha costruito una relazione apparentemente bizzarra tra coltivazione dei fiori, amore e cibo; egli parte dalla constatazione che, mentre in Europa e in Asia è, storicamente, vivissima l'attenzione per l'orticoltura estetica e i fiori sono normalmente usati in varie occasioni, particolarmente nelle cerimonie, nell'Africa subsahariana generalmente non accade. Lo stesso si può dire per il cibo: solo in Europa e in Asia c'è stato lo sviluppo di una *haute cuisine* chiaramente improntata alle differenze di classe, la cui presenza distingue nettamente quei continenti dall'Africa subsahariana. Queste differenze generali «erano legate non solo ai mezzi di produzione, ma anche ai mezzi di comunicazione. La *haute cuisine* venne trasmessa e si diffuse grazie alla scrittura, e così anche alcuni aspetti della botanica e della cultura dei fiori. L'apprezzamento del cibo e della natura esistevano senza dubbio anche nelle culture orali, ma tali aspetti crebbero e cambiarono direzione in seguito all'impatto della scrittura. La stessa cosa accadde per l'amore»: non che l'amore sia assente nelle culture orali, afferma, ma la sua idea e la sua pratica hanno goduto di più ampia considerazione per effetto dell'alfabetizzazione<sup>4</sup>. Per Goody, come è noto, nell'analisi culturale non è possibile trascurare questo formidabile elemento di differenziazione sociale

---

<sup>2</sup> P. MATVEIEVIĆ, *Pane nostro*, Milano, Garzanti, 2010.

<sup>3</sup> MASSIMO MONTANARI, *Il cibo come cultura*, Roma-Bari, Laterza, 2004.

<sup>4</sup> J. GOODY, *Cibo e amore. Storia culturale dell'Oriente e dell'Occidente*, Milano, Raffaello Cortina, 2012, pp. XII-XIII.

che è la diffusione della scrittura e della alfabetizzazione; essa favorisce, egli dice, il prodursi di forme nuove di pensiero, favorisce il calcolo, per esempio, e gli sviluppi che ne derivano. Le società letterate e complesse, fortemente stratificate, danno vita ad ambiti settoriali fortemente specializzati; la *haute cuisine* è, appunto, uno di questi, conservando la sua vocazione elitaria, ma occupando, nel contempo, ampi spazi nei mezzi di comunicazione di massa.

Le differenze tra la cucina ricca e quella povera e quelle esistenti tra le macroaree si complicano, come si diceva, se guardiamo agli usi locali e alle loro trasformazioni nel tempo; di pani nostri se ne trovano a iosa nelle opere di Piero Camporesi, con le loro composizioni e le denominazioni vernacolari, il suo ambito privilegiato di ricerca è l'Italia centro-settentrionale, ma le sue osservazioni hanno un respiro molto più ampio. Per i contadini e per la povera gente, il pane di frumento è stato pressappoco uno sconosciuto. Una ricchissima documentazione, che arriva ben dentro il XX secolo, descrive, o raccomanda, gli impasti (che possono comprendere talvolta terra, segatura, radici, farina di ghiande, erbe, legumi macinati...) per realizzare delle pagnotte che siano di sostegno a chi non può permettersi di meglio. Se nell'Italia settentrionale il mais, progressivamente, dalla fine del XVIII secolo, spodesterà il miglio (sebbene la sua diffusione non sia uniforme), più a sud non avrà la stessa fortuna; ma, nella sostanza, il pane bianco sarà dappertutto per le bocche dei ricchi, agli altri toccheranno misture scure e assai meno nutrienti. Camporesi pone grande attenzione alle dinamiche delle abitudini culinarie, a quanto nel tempo cambia, si altera, si perde; è del tutto evidente, per esempio, che la scoperta dell'America ha determinato l'introduzione nel vecchio mondo di tutti quei cibi che, nel tempo, sono diventati di consumo comune, ma ciò ha a che fare anche con la trasformazione del paesaggio agrario e ha indotto la borghesia, classe maggiormente aperta alla sperimentazione, ad adottare stili alimentari sempre più distinti dalle consuetudini che i contadini tendevano a conservare: «La cucina antica era operazione eminentemente rituale, scandita sul doppio binario dei cicli stagionali e del calendario liturgico, orchestrata dalle lune e dai soli, dai santi e dai patroni, dalle vigilie e dalle feste legate al ciclo agrario, dal carnevale e dalla quaresima, dalle nascite, dalle morti, dai matrimoni»<sup>5</sup>; la cucina italiana borghese cerca altre vie, senza, peraltro, lasciare di percorrere le vecchie, e troverà il suo più importante alfiere in Pellegrino Artusi, nei fatti inventore e unificatore della cucina nazionale, trasferendo, per così dire, in cucina, quel che Garibaldi aveva compiuto su un altro terreno<sup>6</sup>. E così, mentre

<sup>5</sup> P. CAMPORESI, *La terra e la luna. Alimentazione folklore società*, Milano, Il Saggiatore, 1989, p. 63.

<sup>6</sup> *La scienza in cucina e l'Arte di mangiar bene. Manuale pratico per le famiglie* apparve a Firenze nel 1891; l'autore, ex banchiere, si rivolgeva esplicitamente alle famiglie agiate, che erano in grado di godersi i benefici culinari che ai più sfortunati erano preclusi; Artusi, scrive Camporesi, «diede all'Italia un codice alimentare

gli oli conquistavano posizioni rispetto agli altri grassi, tra i condimenti, il pomodoro, ospite a lungo poco amato e incompreso (come, peraltro, la patata), viveva il suo definitivo trionfo sulle tavole in forma di sugo.

2. In anni recenti, la cosiddetta dieta mediterranea è entrata da protagonista in un ampio dibattito sul tema della salute alimentare: essa costituirebbe un programma nutritivo consigliabile e salubre, poiché prevede un consumo limitato di grassi animali e di carni, ed è caratterizzato da un consistente uso di verdure e valorizzato dal consumo del vino; in realtà, l'assegnazione dell'attributo "mediterraneo" a un costume alimentare è una semplificazione piuttosto forzata, perché riduce a un ordine limitato, a un regime, consuetudini molteplici che rispondono a differenti condizioni climatiche, economiche, sociali, culturali in generale, tenuto conto anche delle inevitabili aggiunte e sottrazioni che nel tempo modificano l'offerta, la presenza e il consumo dei cibi sulle tavole: tutto ciò è noto, sebbene resti molto forte l'idea che i sistemi alimentari siano pressappoco perenni o conservino una continuità con epoche lontanissime. La dieta mediterranea è stata individuata, in un primo momento, come programma medico-nutrizionale, ma racchiude in sé, inoltre, importanti aspetti simbolici che ne hanno favorito l'affermazione e la diffusione. Il risultato più importante conseguito è certamente il suo inserimento nella Lista rappresentativa del patrimonio culturale immateriale dell'Unesco; come succede normalmente, la patrimonializzazione è la conseguenza di una intensa attività diplomatica condotta dagli stati coinvolti, che, nel caso in questione, possiamo datare già da alcuni anni prima della stesura della Convenzione per la salvaguardia del patrimonio culturale immateriale (2003); nel 2005 viene presentato a Roma il dossier della candidatura e nel 2009 viene depositata la richiesta presso l'Unesco. L'iscrizione avverrà l'anno dopo, il 16 novembre 2010<sup>7</sup>; i paesi attualmente coinvolti sono Cipro, Croazia, Grecia, Italia, Marocco, Portogallo, Spagna.

Una intensa produzione di ricerche mediche accompagna e, in qualche modo, prepara questo percorso, a cominciare dall'opera del famoso fisiologo statunitense Ancel Keys, il quale, nel secondo dopoguerra, aveva scoperto, illustrato e decantato i vantaggi per la salute del regime dietetico che aveva incontrato a nel sud Italia: poca carne, pochi grassi animali, e abbondanza, invece, di vegetali, legumi, frutta; anche il vino, come si diceva sopra, recita la sua parte. Egli scelse il villaggio di Pioppi, nel Cilento, come luogo ideale in cui

---

borghese. Profeta, senza saperlo del livellamento borghese della tavola, fu indubbiamente un precursore, anzi un pioniere, in parte responsabile dell'attuale appiattimento degli italiani, dell'uniforme (e talvolta monotono) amalgama alimentare che ha imbrattato di salsa e di spaghetti al pomodoro tutta la penisola»: op. cit., p. 100.

<sup>7</sup> SALVATORE BEVILACQUA, *La fortune de la diète méditerranéenne. De la médicalisation à la patrimonialisation*, in «Palaver», n. 1, 2015, pp. 315-348.

vivere e lavorare, vi acquistò del terreno, vi trascorse tutto il tempo che gli era possibile; era convinto che in questo modo la sua vita si sarebbe allungata di vent'anni, e infatti morì centenario. Keys, spiega dettagliatamente Elisabetta Moro, aveva notato che la scarsità di risorse alimentari nell'Italia postbellica non aveva necessariamente effetti negativi sulla speranza di vita delle persone, e che a Napoli, in particolare, le malattie cardiache erano pressappoco sconosciute: «Era solo il 1952 e questa felice intuizione inaugura il più straordinario studio comparativo sulla nutrizione umana, che ha coinvolto 12 mila persone di 7 nazioni diverse, monitorate per trentacinque anni consecutivi, da un'equipe internazionale capitanata da Ancel Keys. La ricerca, conosciuta con il nome di Seven Countries Study, ha pienamente confermato l'ipotesi di partenza secondo la quale i popoli mediterranei, in particolare la classe operaia napoletana, mangiano in maniera più sana degli Americani ricchi»<sup>8</sup>. Gli operai e i popolani napoletani e i contadini meridionali magari mangiavano poco, ma in modo sano; inconsapevoli di questa fortuna, molto di loro conducevano una vita grama ed erano ugualmente infelici.

Ho accennato ai tratti simbolici associati alla dieta mediterranea. In effetti, lo stesso Keys sottolineava la buona influenza sulla salute di un complessivo stile di vita<sup>9</sup>. Claude Fischler ha affermato, a questo proposito, che le valutazioni positive guadagnate dalla dieta mediterranea sono spinte dall'implicito messaggio di sobrietà che la accompagna, e, di conseguenza, da un giudizio morale che colloca quello stile alimentare tra i comportamenti virtuosi. Egli ha ricostruito il dibattito moderno sui rischi dell'alimentazione scorretta per la salute e sostiene che le questioni sollevate (di tipo medico, sociale, economico) e le soluzioni proposte si collegano a un doppio filo conduttore comune, costituito dai principi guida della frugalità e della sobrietà, valori che vengono coniugati con altri, quali equilibrio, semplicità, armonia, recupero delle origini<sup>10</sup>. Il costume nutrizionale e quello morale, quindi, procedono di pari passo e aiutano efficacemente anche il benessere fisico. La dieta mediterranea rappresenta una sorta di apoteosi di questo felice connubio, di questo intreccio

---

<sup>8</sup> E. MORO, *Dieta mediterranea*, in «AM. Antropologia museale», n. 34-36, 2013-2014, pp. 68-70: 69. della Stessa autrice cfr. *La dieta mediterranea. Mito e storia di uno stile di vita*, Bologna, Il mulino, 2014.

<sup>9</sup> Non casualmente, il più noto testimonial del regime alimentare mediterraneo, Michelle Obama, moglie del presidente degli Stati Uniti, ha impiantato un orto nei giardini della Casa Bianca. E tuttavia val la pena sottolineare che la stessa parola "dieta", accreditata presso l'Unesco e l'Organizzazione mondiale della sanità, veicola valori e significati medici più che latamente culturali; ma anche il concetto di "stile di vita" diviene problematico nel momento in cui ci si riferisce a un modello familiare secondo il quale le donne stanno in casa e cucinano e gli uomini mangiano.

<sup>10</sup> C. FISCHLER, *Pensée magique et utopie dans la science. De l'incorporation à la "diète méditerranéenne"*, in «Les Cahiers de l'OCHA», n. 5, 1996, pp. 111-127.

tra elementi medici e culturali e i suoi contenuti simbolici: cibo buono da mangiare sul piano del gusto e su quello nutrizionale, ma anche sobrio, equilibrato, buono da pensare, per utilizzare i termini di un famoso dibattito tra antropologi.

### 3. Questa è la descrizione della dieta mediterranea stabilita dall'Unesco:

The Mediterranean diet involves a set of skills, knowledge, rituals, symbols and traditions concerning crops, harvesting, fishing, animal husbandry, conservation, processing, cooking, and particularly the sharing and consumption of food. Eating together is the foundation of the cultural identity and continuity of communities throughout the Mediterranean basin. It is a moment of social exchange and communication, an affirmation and renewal of family, group or community identity. The Mediterranean diet emphasizes values of hospitality, neighbourliness, intercultural dialogue and creativity, and a way of life guided by respect for diversity. It plays a vital role in cultural spaces, festivals and celebrations, bringing together people of all ages, conditions and social classes. It includes the craftsmanship and production of traditional receptacles for the transport, preservation and consumption of food, including ceramic plates and glasses. Women play an important role in transmitting knowledge of the Mediterranean diet: they safeguard its techniques, respect seasonal rhythms and festive events, and transmit the values of the element to new generations. Markets also play a key role as spaces for cultivating and transmitting the Mediterranean diet during the daily practice of exchange, agreement and mutual respect<sup>11</sup>.

La dieta mediterranea è una serie di competenze, ecc., che riguardano la coltivazione e l'allevamento, la preparazione, il consumo del cibo nel bacino del Mediterraneo; ciò fonda la continuità della vita delle comunità e ne afferma e favorisce l'identità, dando, inoltre, valore, alla socialità, nel rispetto della diversità; questo modello orienta tutte le attività culturali, comprese anche quelle artigianali. Le donne giocano un ruolo fondamentale nella trasmissione delle conoscenze relative alla dieta mediterranea; altrettanto importanti sono i mercati.

L'enfasi è posta sulle dinamiche sociali e sulle pratiche culturali; manca qualcosa che è invece presente in una versione precedente di questo documento. Infatti, la descrizione ratificata nella famosa sessione del 2010 faceva riferimento a dei luoghi nei quali i quattro stati allora proponenti (Grecia, Italia, Marocco, Spagna) si impegnavano a garantire la permanenza e la conservazione del regime alimentare e dello stile di vita in questione (Soria, Koroni, Cilento, Chefchaouen) e, soprattutto, forniva un elenco di cibi che caratterizzano la dieta mediterranea. Il documento che segue è tratto dal sito di Unesco Italia:

---

<sup>11</sup> <http://www.unesco.org/culture/ich/en/RL/00884> (consultato il 28.8.2015).

La Dieta Mediterranea rappresenta un insieme di competenze, conoscenze, pratiche e tradizioni che vanno dal paesaggio alla tavola, includendo le colture, la raccolta, la pesca, la conservazione, la trasformazione, la preparazione e, in particolare, il consumo di cibo. La Dieta Mediterranea è caratterizzata da un modello nutrizionale rimasto costante nel tempo e nello spazio, costituito principalmente da olio di oliva, cereali, frutta fresca o secca, e verdure, una moderata quantità di pesce, latticini e carne, e molti condimenti e spezie, il tutto accompagnato da vino o infusi, sempre nel rispetto delle tradizioni di ogni comunità. Tuttavia, la Dieta Mediterranea (dal greco *diaita*, o stile di vita) è molto più che un semplice alimento. Essa promuove l'interazione sociale, poiché il pasto in comune è alla base dei costumi sociali e delle festività condivise da una data comunità, e ha dato luogo a un notevole corpus di conoscenze, canzoni, massime, racconti e leggende. La Dieta si fonda nel rispetto per il territorio e la biodiversità, e garantisce la conservazione e lo sviluppo delle attività tradizionali e dei mestieri collegati alla pesca e all'agricoltura nelle comunità del Mediterraneo come nelle zone della Soria in Spagna, Koroni in Grecia, Cilento in Italia e Chefchaouen in Marocco. Le donne svolgono un ruolo indispensabile nella trasmissione delle competenze, così come della conoscenza di riti, gesti tradizionali e celebrazioni, e nella salvaguardia delle tecniche<sup>12</sup>.

In quest'altra dicitura, la dieta mediterranea comprende, quindi, tutto ciò che va dal paesaggio alla tavola, i saperi e le pratiche che riguardano l'alimentazione (cultura) e corrisponde a un modello nutrizionale (medicina) di cui vengono elencati gli ingredienti principali, a cominciare dall'olio di oliva - su cui torneremo tra un istante -, nel rispetto delle credenze di ogni comunità (cultura). Vi riconosciamo il costante andirivieni dal discorso medico a quello culturale. Conviene anche segnalare questa strana idea dell'esistenza di pratiche culinarie che non sono cambiate nel tempo e che, tutto sommato, hanno viaggiato poco, al quale si combina l'idea di un territorio; si pone in rilievo anche qui il ruolo delle donne<sup>13</sup>.

Ma parliamo ancora, brevemente, di cibo. In effetti, gli alimenti che costituiscono la dieta mediterranea sono sostanzialmente gli stessi che, in ambito cattolico, si consumavano durante la Quaresima e nelle vigilie, con l'olio di oliva quale condimento principale e l'esclusione di carne, formaggi, uova, grassi animali; ma anche in contesti in cui prevale l'osservanza ortodossa o islamica la sostanza cambia poco, se si prescinde dal consumo del vino; considerata da questo punto di vista, quindi, la dieta mediterranea, oltre a

---

<sup>12</sup> <http://www.unesco.it/cni/index.php/archivio-news/174-la-dieta-mediterranea-e-patrimonio-immateriale-dellumanita>; lo stesso documento, stavolta in francese, in *Liste représentative du patrimoine culturel immatériel 2010-2011*, Paris, Unesco secteur de la culture, 2012.

<sup>13</sup> Sul rapporto tra cibo e genere cfr. S. BEVILACQUA, *L'impensé di genre dans la patrimonialisation du régime méditerranéen*, in «Journal des anthropologues», n. 140-141, 2015, pp. 49-71.

proscrivere un gran numero di cibi che apparterrebbero al normale regime alimentare (dalla Coca cola al burro agli insaccati), per quanto i piatti che ne derivano possano essere gustosi, ha un sapore vagamente penitenziale. Potremmo dire che l'alimentazione di origine animale ha un grado di purezza inferiore al cibo vegetale, relazione confermata, in particolare dalla contrapposizione tra grassi animali (collocati sul versante del cibo cattivo e grassi vegetali (cibo buono).

La grande rilevanza attribuita all'olio d'oliva dai nutrizionisti ne ha fatto l'alimento che meglio rappresenta il successo della dieta mediterranea e ne costituisce il simbolo, specialmente nella versione extra-vergine spremuto a freddo. Due osservazioni si impongono: la prima riguarda proprio la spremitura a freddo, riproposta oggi in continuità con il metodo tradizionale di spremitura che, in realtà, ha sempre fornito un prodotto tutt'altro che buono sul piano dei valori nutritivi; si trattava, in buona parte, di olio lampante, spesso di una brodaglia che costituiva un povero condimento per le altrettanto povere tavole e che veniva utilizzato soprattutto per l'illuminazione; una nuova tecnica altamente meccanizzata di raccolta dei frutti e la loro molitura in tempi rapidi consentono la realizzazione del prodotto tanto decantato; inoltre, la consacrazione dell'olio d'oliva avviene anche attraverso un nuovo uso alimentare dello stesso, che ne limita molto la cottura; la seconda osservazione concerne la terminologia relativa all'olio, che ormai abbiamo acquisito e che accettiamo senza discussione<sup>14</sup>; ma l'aggettivo *vergine* è tra quelli che nella lingua italiana e nella logica non prevede la formula superlativa: si può essere vergini oppure no, ma né di più, né di meno, nessuno può essere verginissimo o extra vergine, ma per l'olio d'oliva questo è diventato possibile; neanche per la madre di Gesù si è arrivati a tanto.

La patrimonializzazione della dieta mediterranea segue, quindi, una sorta di percorso moralizzatore delle pratiche alimentari; tra origine da studi e ricerche condotti da medici e fisiologi e costituisce una soluzione ai danni prodotti dal consumo di cibo.

E l'Unesco, ormai, con le sue liste, fornisce, in via definitiva, legittimità ai processi e alle pratiche, stabilisce quel che è giusto e quel che sbagliato, non proibisce direttamente, ma segnala, favorisce, protegge, oggettiva.

---

<sup>14</sup> Cfr. CRISTINA PAPA, *The Social Construction of Umbrian Extravirgin Olive Oil*, in C. PAPA, GIOVANNI PIZZA, FILIPPO M. ZERILLI, a cura di, *Incontri di etnologia europea / European Ethnology Meetings*, Napoli, ESI, 1998, pp. 145-60.